



Centre Social

L'Arboré-Sens

## Centre Social L'Arboré-Sens

Fédération Départementale des Foyers Ruraux des Vosges  
205, Avenue Louis Buffet - 88500 MIRECOURT  
03 29 37 41 42

Elodie Durand [elodie.aubry@mouvement-rural.org](mailto:elodie.aubry@mouvement-rural.org)

HORAIRES D'OUVERTURES AU PUBLIC :

Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi : 9h/12h - 14h/17h  
Mercredi : 9h/12h

Imprimé par nos soins — Ne pas jeter sur la voie publique

Nos partenaires



## Activités Familiales

De Septembre à Décembre 2023

## Ateliers Parents-enfants

Venez partager un moment agréable en famille, vous amuser et resserrer les liens familiaux :

**Le 4 octobre, de 14h30 à 17h, à la salle polyvalente de Poussay**  
Mettre un bouton, lire, écrire... en étant dys, c'est comment? On ressent quoi?

**Le 18 octobre, de 14h30 à 17h, dans la salle du foyer rural de Villers**  
Un après-midi récréatif et convivial autour de la cuisine et la naturopathie.

**Le 25 octobre, de 10h à 13h, à Mazirot**  
Sur inscription, à partir de 11 ans  
Partagez un bon moment avec votre ado autour du théâtre d'impro: travail de l'écoute, la confiance en soi, la spontanéité.

**le 25 octobre, de 14h30 à 17h à Mazirot**  
Sur inscription, à partir de 8 ans  
Se connecter à son enfant pour le toucher. Venez apprendre, avec votre enfant, à se relaxer ensemble à travers une « routine » de plusieurs mouvements simples et ludiques.

**Le 15 novembre, à la salle polyvalente d'Ambacourt**  
Venez vous initier aux arts plastiques !

**Le 29 novembre, à la salle polyvalente de Poussay, de 14h30 à 16h,**  
Un atelier en lien avec le spectacle de fin d'année vous est proposé. Le spectacle clôturera cet après-midi. (Informations complémentaires à venir)

**Le 13 décembre, dans la salle du foyer de Villers, de 14h30 à 17h**  
(Informations complémentaires à venir)

Tarif : gratuit - adhésion aux Foyers Ruraux obligatoire

## Sortie familiale

Organisée par et pour les familles, une sortie à la Ferme aux Rennes en décembre (Informations complémentaires à venir)

## Ateliers Parents

Pour échanger sur un thème choisi par les parents, et partager autour d'un moment convivial :

**« Voyage en parentalité », le 3 octobre, le 14 novembre, et le 12 décembre, de 18h30 à 20h30, au Centre Social à Mirecourt:**  
Préparez vos valises, prenez vos doutes en main, nous partons à l'aventure. Au programme: des apports théoriques, des partages d'expériences, de la déculpabilisation, du rire et du soutien moral, afin de mieux se connaître pour être plus à l'aise dans la relation avec ses enfants.

**« Parents'Aise », le 4 octobre, le 15 novembre et le 13 décembre, de 18h à 20h30, au Centre Social à Mirecourt**  
Prenez une pause mensuelle, une parenthèse, du temps pour vous... Un moment rien qu'à vous, simplement pour vivre dans l'instant présent, s'accorder du temps autour de pratiques artistiques, retrouver le plaisir de créer et poétiser son quotidien. Exprimez vous par la création, la peinture, l'argile...

**« Café Couture », le 5 octobre, le 16 novembre et le 14 décembre, de 18h à 21h, au Centre Social à Mirecourt,**  
Prenez une pause, sortez des tracas du quotidien pendant quelques heures, et venez pour discuter de la vie, des enfants, de l'école... et pour partager une activité, la couture.

Tarifs : 7 € la séance QF sup / 5 € QF inf. - adhésion aux Foyers Ruraux obligatoire

## Temps d'informations et d'échanges

Venez participer à une causerie sur le thème « **Accompagner les enfants extra ordinaires** » le 4 octobre, à 20h30 au Centre Social à Mirecourt  
Pour échanger autour des notions de TDAH, HPI, dys. C'est quoi ? Que faire ? Et si ces différences étaient des forces à équilibrer ?

Tarif : gratuit - adhésion aux Foyers Ruraux obligatoire